VISIT…

LANZAROTE Caliente.COM

§4. МЕТОДЫ ВОСПИТАНИЯ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Решение воспитательных задач в процессе физического совершенствования военнослужащих осуществляется с помощью достаточно большого числа специфических методов. Каждый метод воспитания включает в себя несколько характерных для него приемов, обеспечивающих перестройку сознания и поведения военнослужащих в определенном направлении. Выбор тех или иных методов воспитания обусловливается логикой воспитательного процесса, уровнем подготовленности занимающихся и руководителей занятий, особенностями форм физической подготовки, спецификой: конкретных педагогических ситуаций.

Характеристика методов воспитания военнослужащих в процессе физической подготовки

К основным методам решения воспитательных задач в процессе физической подготовки относятся: убеждение, пример, упражнение, поощрение, принуждение. При этом широко используются воздействие коллектива, соревнование, а также объективная оценка сдвигов в воспитываемых качествах.

Метод убеждения занимает ведущее место в воспитании военнослужащих. Сущность его заключается в целенаправленном и аргументированном воздействии на сознание, чувства и волю воспитуемых. Главенствующее положение этого метода определяется тем, что он дает возможность формировать у военнослужащих твердые морально-нравственные убеждения, высокие мотивы служебной деятельности и общественной работы; помогает мобилизовать личный состав к действиям в сложных ситуациях, добиваться устойчивых показателей в боевой учебе, дисциплине, в выполнении задач физической подготовки;

позволяет влиять на общественное мнение, сплачивать воинский коллектив; может побуждать личный состав к самовоспитанию, сознательному совершенствованию своих качеств и навыков.

Метод примера характеризуется воздействием поступков одних людей на сознание и поведение других. По своей сущности он выражает реализацию естественной склонности человека к подражанию. Задача воспитания — стимулировать военнослужащих к подражанию положительному примеру, оказывать помощь в выборе образца для подражания.

Метод упражнения пронизывает весь процесс физического совершенствования военнослужащих. Его сущность заключается в сознательном и многократном повторении рациональных поступков и действий. Главная цель данного метода — формирование и закрепление привычек цивилизованного и высоконравственного поведения, воспитание способности успешно действовать в условиях, требующих существенного напряжения соответствующих психических функций.

Метод поощрения основывается на моральном и материальном стимулировании положительных усилий и достижений военнослужащих в решении поставленных перед ними общественно значимых задач. Правильное использование данного метода помогает военнослужащим закрепить все то хорошее, что имеется в их характере и поведении, настойчиво бороться со своими недостатками.

Метод принуждения выражается в применении таких мер воздействия на военнослужащих, в создании им таких условий, при которых они помимо своего желания будут обязаны подчиняться предъявляемым к их поведению требованиям. Он реализуется путем отдачи соответствующих приказов, приказаний, указаний, доведения сведений о неблаговидных поступках военнослужащих до воинского коллектива и общественности, лишения

присвоенных ранее спортивных званий и разрядов, применения дисциплинарных мер воздействия и др.

Воздействие коллектива на воспитание у военнослужащих морально-политических и психических качеств осуществляется в основном через общественное мнение, которое формируется в ходе военно-профессиональной деятельности. Чтобы коллектив мог выполнять воспитательные функции, решать воспитательные задачи, необходимы: во-первых, положительное отношение большинства военнослужащих к занятиям физическими упражнениями; во-вторых, постоянная требовательность коллектива к каждому отдельному его члену; в-третьих, широкое развитие в подразделении критики и самокритики, направленной на искоренение недостатков; в-четвертых, наличие ситуаций, способствующих возникновению необходимости воздействия коллектива на отдельных воинов.

Соревнование является одним из наиболее мощных способов активизации воспитательного потенциала занятий по физической подготовке. Умелое его использование, существенно интенсифицируя процесс физического совершенствования военнослужащих, в то же время служит и своеобразным катализатором усиления воспитательных воздействий на личный состав.

Объективная оценка сдвигов в воспитываемых качествах занимает особое место в целенаправленном воспитании военнослужащих в процессе физической подготовки. Такая оценка, являясь критерием успешности воспитательного процесса, в то же время дает возможность всем воинам сделать вывод о том, что их напряженный ратный труд приносит свои плоды, материализуясь в улучшении соответствующих качеств и навыков. Своевременная оценка тех или иных успехов воинов способствует дальнейшему повышению их активности на занятиях по физической

подготовке и спорту.

Воспитательное воздействие на военнослужащих занятий по физической подготовке может быть общим и специфическим. Общее заключается в совершенствовании у личного состава армии и флота различных морально-политических и психических качеств, специфическое — в формировании у военнослужащих твердой убежденности в важном значении физической подготовки для повышения боеспособности войск, в привитии им потребности в систематическом выполнении физических упражнений. Каждое из этих направлений основывается на использовании соответствующих методов воспитания.

Методика воспитания морально-политических и психических качеств военнослужащих в процессе физической подготовки

Для совершенствования морально-политических и психических качеств личного состава армии и флота в ходе физической подготовки успешно используются все основные методы воспитания.

Конкретными путями использования метода убеждения при проведении практических занятий и тренировок по физической подготовке и спорту являются: постановка учебных задач занятия с подчеркиванием их значимости для формирования нравственных и других черт личности; постановка конкретных воспитательных задач перед отдельными частями занятия и перед выполнением соответствующих упражнений, подчеркивание воспитательного значения упражнений; создание конкретных воспитывающих ситуаций с последующим разъяснением личному составу их воспитательного - значения; разъяснение норм поведения в .связи с особенностями выполнения тех или иных физических упражнений; экспресс-информации о спортивной жизни и спортивных событиях, имеющих воспитательное значение; микрорассказы о нравственных и волевых поступках воинов-спортсменов; экспресс-беседы по вопросам

морально-политической и психологической подготовки военнослужащих; постоянная оценка поведения занимающихся; индивидуальные указания по соблюдению норм поведения, в том числе спортивной этики; использование воспитывающих моментов при подведении итогов занятия.

Успешность применения метода убеждения обусловливается: конкретностью воспитательных воздействий (не вообще убеждать во всех нравственных ценностях, а выбирать главное звено с учетом конкретной ситуации); аргументированностью суждений (подбирать неоспоримые факты, связанные с реальной жизнью, вскрывать противоречия в противостоящих позициях, избегать бездоказательного декларирования); эмоциональной окраской восприятия (до тех пор, пока информация не затронет эмоциональную сферу, не будет связана с личными переживаниями, она не сможет стать надежной базой формирования прочных убеждений); индивидуализированностью способов общения (все внешние воспитательные воздействия преломляются через внутренние индивидуальные особенности сознания военнослужащих); оперативностью (первичная информация о каком-либо явлении в 1,5—2.5 раза более сильна и устойчива, чем последующая, для изменения уже сформировавшихся убеждений необходимо сломать имеющиеся психические установки, а это очень сложно).

Метод примера реализуется в разных направлениях. Наибольшее значение имеет пример ближайшего окружения военнослужащих. Личность начальника физической подготовки и спорта, командира подразделения (тренера), его моральные и деловые качества, знания и опыт, добросовестное отношение к исполнению своих обязанностей, высокий уровень военно-профессиональной подготовленности — одно из важнейших условий успешного решения воспитательных задач в процессе обучения. Кроме постоянного личного примера, необходимо умело и своевременно

акцентировать внимание воинов на успехах их товарищей в физической подготовке и спорте, нацеливать на возможность повторения этих достижений.

Примерная организация и методика обучения также оказывает существенное влияние на воспитание военнослужащих. При этом особенно важное значение приобретают, своевременное начало занятий, доклад командиру, постановка им задач перед личным составом, соблюдение формы одежды, правильность и четкость подачи команд и контроль за их выполнением. Тем самым у военнослужащих воспитываются такие качества, как дисциплинированность, трудолюбие, организованность.

В процессе физической подготовки в качестве примера широко используются спортивные традиции народа и вооруженных сил, основными из которых являются: стремление спортивными достижениями прославить свою Родину; использование физической .культуры и спорта как одного из средств подготовки трудящихся к высокопроизводительному труду и защите Отечества; мужество и героизм спортсменов в боях за свободу и независимость нашей страны; примерность воинов-спортсменов в боевой подготовке; самоотверженность и неукротимое стремление к победе в спортивных состязаниях; честность в процессе спортивной борьбы и уважение к спортивному сопернику; направленность спорта на укрепление дружбы и взаимопонимания между различными народами.

Для воспитания у военнослужащих требуемых морально-политических и, особенно, психических качеств их надо постоянно ставить в ситуации, в которых они могут проявить такие качества. Это обеспечивается систематическим применением метода упражнения.

Физическая подготовка, представляющая собой преимущественно практическую двигательную деятельность, как никакая другая составная часть системы боевого совершенствования войск, как никакой иной предмет

боевой подготовки личного состава армии и флота, позволяет воинам постоянно получать и накапливать опыт правильного поведения в различных ситуациях, чрезвычайно часто ставит их в условия, которые, с одной стороны, требуют проявления соответствующих морально-политических и психических качеств, а с другой, — совершенствуют и закрепляют их.

Упражняясь в выполнении различных двигательных действий, причем, как правило, совместно со своими сослуживцами, военнослужащие одновременно тренируются и во взаимодействии друг с другом, в активизации всех сторон психики, в мобилизации нравственных ресурсов, в соблюдении дисциплины и соответствующих правил поведения, в четком выполнении команд и распоряжений. Успешное применение метода упражнения обеспечивается его тесной связью с другими методами воспитания, а также с методами и методическими приемами, используемыми для обучения и развития военнослужащих, систематичностью создания необходимых воспитывающих ситуаций, всемерной активизацией стремления военнослужащих к самосовершенствованию.

Метод поощрения должен использоваться на всех этапах процесса физического совершенствования военнослужащих. Для того чтобы поощрения действительно стимулировали личный состав к эффективному физическому совершенствованию, к развитию «морально-политических и психических качеств, необходимо соблюдать ряд условий, к основным из которых относятся: целенаправленность — использование поощрений для мобилизации воинов на решение главных задач; обоснованность — соответствие величины поощрения реальным заслугам того или иного военнослужащего; гласность — привлечение к поощряемому внимания всех членов коллектива, широкое разъяснение причины его поощрения; своевременность — объявление поощрения и доведение его до всего коллектива достаточно быстро после события, явившегося предпосылкой

данного поощрения; последующее усиление требовательности — выдвижение перед поощренными за успехи в физической подготовке новых, более сложных задач.

Использование метода принуждения является эффективным лишь в том случае, если ему, как правило, предшествует разъяснение военнослужащим смысла и порядка выполнения требуемых от них действий. Без сочетания с убеждением и другими методами воспитания он может принести не пользу, а ощутимый вред. Принуждая личный состав и добиваясь при этом высокого напряжения физических и нравственных сил, важно постоянно стимулировать его на образцовое выполнение заданий и тем самым постепенно переводить внешнее принуждение в самопринуждение, т.е. в плоскость самовоспитания. При этом необходимо всячески учитывать индивидуальные особенности военнослужащих, а также характер их межличностных отношений, степень зрелости воинского коллектива. В процессе физической подготовки метод принуждения должен рассматриваться как крайняя мера педагогического воздействия на личный состав. Он обычно используется тогда, когда уже исчерпаны возможности всех других методов воспитания.

При использовании метода принуждения недопустимо оскорбление достоинства занимающихся, превышение имеющихся прав, накладывание взыскания вместо конкретного виновника на весь коллектив, использование различных упражнений и двигательных действий в качестве наказания.

Специфика процесса физического совершенствования военнослужащих создает самые благоприятные возможности для целенаправленного использования воспитательного воздействия коллектива. Выполняемые физические упражнения часто требуют от каждого занимающегося умения подчинять личные интересы интересам всего подразделения. Особенно это относится к упражнениям, выполняемым в составе подразделения:

групповому преодолению препятствий, совершению марш-бросков по пересеченной местности или маршей на лыжах, переправам вплавь и др. Методически грамотно организованное выполнение подобных упражнений способствует укреплению воинской дисциплины, воспитанию коллективизма, дружбы, взаимной выручки.

Диапазон применения метода соревнования среди личного состава чрезвычайно широк — от проведения различных мелких состязаний в ходе занятий и тренировок по физической подготовке и спорту до организации соревнования между военнослужащими в течение периода обучения или спартакиады части, проводимой ежегодно. Наиболее эффективным для воспитания у военнослужащих необходимых качеств является использование в процессе физической подготовки параллельного выполнения физических упражнений несколькими группами военнослужащих в условиях соревнования между ними.

Объективная оценка сдвигов в воспитываемых качествах является для военнослужащих побудительной силок к дальнейшему совершенствованию их морально-политических и психических качеств.

Постоянный и объективный, хорошо аргументированный разбор учебно-тренировочных занятий и соревнований с оценкой различных качеств, проявляемых военнослужащими, вызывает у них стремление заслужить более высокую оценку, что побуждает к активности, настойчивости, повышению ответственности. Оценка, полученная в связи с успехом спортивного коллектива, подразделения, подчеркивает общественную значимость поведения каждого воина-спортсмена. Личные переживания военнослужащего по поводу достигнутого результата и оценка, данная ему товарищами и командиром, содействуют формированию чувства долга, ответственности за честь подразделения.

Вышеизложенные методы и методические приемы могут успешно

применяться для воспитания как морально-политических, так и психических качеств военнослужащих. Вместе с тем, учитывая особенности протекания различных психических процессов, в Наставлении по физической подготовке сформулированы следующие дополнительные пути воспитательного воздействия на психику занимающихся.

Подбор упражнений, в которых психические качества проявляются **в наибольшей мере.** Любые двигательные действия человека, наряду с проявлением различных физических свойств, требуют и определенной активизации практически всех умственных, волевых и эмоциональных черт его личности. Однако степень проявления тех или иных психических качеств в каждом конкретном случае сугубо специфична, т.е. в одном виде деятельности требуется больше рассудительности, в другом — внимания, в третьем — смелости, решительности, эмоциональной устойчивости и т.д. В связи с этим и эффективность разных физических упражнений (как специально подобранных двигательных действий) применительно к совершенствованию различных сторон психического состояния военнослужащих неодинакова. Иными словами, каждое физическое упражнение объективно обладает определенным «воспитательным потенциалом» по отношению к любым психическим качествам, но мера его воздействия на каждое из них чрезвычайно вариативна.

При подборе и использовании физических упражнений для воспитания у военнослужащих тех или иных психических качеств следует учитывать степень адаптированности их психики к различным стрессогенным воздействиям, их текущее эмоциональное состояние.

Необходимость воспитания умственных качеств предполагает подбор и использование таких физических упражнений, которые требуют преимущественного проявления внимания, памяти, мышления, способности быстро анализировать обстановку и адекватным образом реагировать на нее.

Для воспитания волевых качеств наиболее целесообразно использовать физические упражнения, выполнение которых связано с преодолением объективных (внешних) и субъективных (внутренних) трудностей. Например, подбор упражнений для воспитания у личного состава смелости и решительности должен обеспечивать внесение в процесс физической подготовки элементов внезапности, опасности и риска, свойственных реальной боевой обстановке, и многократную тренировку в выполнении изучаемых приемов и действий в данных условиях. При этом строгое соблюдение мер безопасности на всех занятиях должно быть направлено не на отказ от опасных и рискованных ситуаций, а на предупреждение и исключение несчастных случаев и происшествий.

Эмоциональные качества военнослужащих лучше всего воспитываются с помощью таких двигательных действий и ситуаций, которые способствуют возникновению у воинов различных по силе и направленности переживаний. Очень важно, чтобы данные переживания носили оптимальный, а в конечном счете положительный характер, обеспечивали хорошее психическое самочувствие воинов, формировали у них чувство удовлетворенности занятиями по физической подготовке.

Следует подчеркнуть, что сами по себе физические упражнения создают только предпосылки для воспитания необходимых психических качеств. Успешность воспитательных воздействий на психическую сферу военнослужащих главным образом определяется наличием соответствующих условий для проявления и закрепления психических качеств.

Применение рациональных методических приемов выполнения упражнений, способствующих воспитанию психических качеств. Этот путь дает возможность существенно интенсифицировать целенаправленное воспитательное воздействие на военнослужащих.

Все методические приемы в зависимости от их конкретной

направленности и условий использования можно разделить на две группы.

Первую группу, прежде всего, составляют приемы, обеспечивающие максимальную реализацию потенциальных возможностей физических упражнений, применяемых для воспитания психических качеств военнослужащих. К ним, прежде всего, относятся приемы, направленные на усложнение условий выполнения соответствующих физических упражнений: увеличение продолжительности двигательных действий и их скорости; выполнение упражнений на фоне физической и психической нагрузки, в темное время суток, в условиях ограниченной видимости, в защитной одежде и противогазах, с оружием и снаряжением; корректировка пространственно-временных параметров различных движений в целях усиления их трудности; комплексирование средств физической подготовки друг с другом, а также с военно-профессиональными приемами и действиями; применение различного нестандартного оборудования и оригинальных спортивных снарядов.

К данной же группе относятся приемы, направленные на всяческое усиление активности военнослужащих в своем психическом совершенствовании. Это достигается: целенаправленным формированием и использованием общественного мнения в коллективе; созданием ситуаций, при которых от индивидуальных действий военнослужащих зависит успех всего подразделения и личные мотивы преодоления трудностей сменяются коллективными; применением продуманной системы поощрений военнослужащих за их успехи в проявлении различных психических качеств в ходе тех или иных двигательных действий; созданием ситуаций, вынуждающих военнослужащих обязательно проявлять требуемые психические свойства.

Вторую группу составляют приемы, обеспечивающие безусловно успешное выполнение военнослужащими физических упражнений,

связанных с активизацией тех или иных психических качеств. Для этого в процессе физической подготовки особое внимание уделяется соблюдению мер безопасности и предотвращению травматизма, заблаговременному прогнозированию возможных неблагоприятных ситуаций, могущих оказать отрицательное воздействие на личный состав и закрепить субъективные переживания воинов в виде негативных психических стереотипов, и определению конкретных путей их устранения. Важным является также соблюдение принципов постепенности и доступности в выполнении физических упражнений, постоянный учет индивидуальных особенностей психики занимающихся и их специфических поведенческих реакций.

Все перечисленные методах и методические приемы воспитания морально-политических и психических качеств военнослужащих используются, как правило, комплексно, в различных сочетаниях, в зависимости от конкретных задач, решаемых физической подготовкой на тех или иных этапах военно-профессиональной деятельности.

Методика формирования убежденности военнослужащих в важном значении физической подготовки для повышения боеспособности войск

Достижение высоких результатов в физическом совершенствовании военнослужащих невозможно без целенаправленного формирования у них твердой убежденности в важном значении физической подготовки для повышения боеспособности войск.

Убежденность — это сложное психическое образование, представляющее собой совокупность соответствующих знаний, слившихся с чувствами и волей военнослужащих и во многом определяющих их действия и поступки. Только в том случае, когда знания внутренне приняты воином, стали практическим руководством в решении всех задач физической подготовки, можно считать, что у него сформировались убеждения, определяющие его поведение.

Следовательно, первый этап формирования убежденности военнослужащих — это приобретение ими необходимых теоретических сведений по вопросам физической подготовки и спорта. Данная задача решается в процессе обучения личного состава. Второй этап предусматривает внедрение полученных знаний через соответствующие эмоционально-волевые воздействия и переживания во внутренний психический мир военнослужащих, трансформацию теоретических знаний в специфические слагаемые мировоззрения личного состава. Эта задача решается всей совокупностью методов воспитания при ведущей роли методов убеждения и примера.

Метод убеждения, позволяющий успешно формировать у военнослужащих идейную стойкость, патриотизм и интернационализм, чувство личной ответственности за защиту Редины, высокую мотивацию к военно-профессиональной деятельности, обеспечивает также и эффективное воспитание у личного состава устойчивого убеждения в особой значимости физических упражнений для совершенствования всесторонней готовности воинских подразделений к боевой деятельности, в необходимости активного функционирования физической подготовки как важной и неотъемлемой составной части системы боевого совершенствования войск, одного из основных предметов боевой подготовки личного состава армии и флота.

Значительный опыт по применению в процессе физической подготовки метода убеждения накоплен, например, в Воздушно-десантных войсках. Большинство воинов-десантников верят в необходимость систематической физической и психической закалки путем активных занятий физической подготовкой и спортом. Это достигается: проведением с новым пополнением воинских частей лекций и бесед, раскрывающих специфические требования учебно-боевой и боевой деятельности к физической и психической подготовленности воина-десантника, а также конкретные задачи, стоящие

перед ним в области физической подготовки; привитием личному составу чувства гордости за принадлежность к войскам, одной из наиболее характерных черт которых является постоянное стремление к достижению высокого уровня физической подготовленности; обобщением и пропагандой примеров боевых действий в Афганистане, свидетельствующих о высокой значимости физической подготовки в обеспечении должной боеспособности войск; информированием всего личного состава ВДВ об уровне физической тренированности и военно-специальной подготовленности вероятных противников.

Метод примера дает возможность наглядно убедиться в реальности приобретаемых теоретических знаний, в возможности их реализации на практике. Если военнослужащие видят, что в воинской части и подразделениях физическая подготовка и спорт организованы и проводятся в соответствии с современными требованиями, направлены в конечном итоге на улучшение боевого состояния личного состава, наблюдают уважительное отношение командиров и начальников к занятиям физическими упражнениями, то они более глубоко уясняют смысл соответствующих теоретических положений, норм и требований, вырабатывают положительное отношение к ним, проникаются стремлением к самосовершенствованию, их теоретические познания превращаются в твердые внутренние позиции.

Для упрочения убеждений воинов систематически проводятся анализ и оценка действий наиболее подготовленных военнослужащих. Их приучают постоянно анализировать и оценивать все изменения, происходящие под воздействием физических упражнений, в своем организме и во внешнем облике окружающих.

Методика воспитания потребности военнослужащих в систематическом выполнении физических

упражнений

Специфическое воспитательное воздействие на военнослужащих в процессе физической подготовки не завершается формированием у них необходимых убеждений. Эффективность воспитания определяется прежде всего тем, как воины практически претворяют в жизнь свои убеждения, становится ли убежденность в важном значении физической подготовки для повышения боеспособности войск их внутренней потребностью в систематическом выполнении физических упражнений.

Под потребностью понимается определенное состояние военнослужащих, побуждающее их к систематической физической тренировке. Потребность военнослужащих в систематическом выполнении физических упражнений имеет как биологические, так и социальные предпосылки.

Биологические предпосылки в основном заключаются в объективной необходимости активных двигательных действий, как одного из главных факторов развития и совершенствования форм и функций организма человека, поддержания его в жизнеспособном состоянии. Социальные предпосылки включают: осознание воинами требований военно-профессиональной деятельности к уровню развития различных физических качеств, двигательных навыков и других свойств организма; стремление их к достижению наибольшего соответствия своего внешнего облика установившемуся в обществе стереотипу или определенному физическому идеалу; расширение возможности для самоутверждения военнослужащих, укрепления их социального статуса и т.д.

Потребность в занятиях физической подготовкой и спортом имеет материальную и духовную стороны. Материальная сторона данной потребности выражается в желании военнослужащих улучшить свое физическое развитие, укрепить здоровье, духовная — в стремлении их к

специфическому общению в ходе двигательной деятельности, к возникновению соответствующих положительных эмоций и эстетических чувств.

Воспитание потребности военнослужащих в систематическом выполнении физических упражнений, таким образом, предполагает актуализацию биологических и социальных предпосылок, формирование ее материальных и духовных основ. Практически это воплощается в целенаправленном воспитании у личного состава соответствующих интересов, мотивов и привычек.

Интересы представляют собой положительно эмоционально окрашенное стремление военнослужащих к активной деятельности, связанной с выполнением физических упражнений. Интересы возникают на основе удовлетворения соответствующих желаний, влечений и склонностей. Сформировавшийся интерес к занятиям физической подготовкой и спортом является постоянным катализатором (усилителем) энергии военнослужащих: он либо облегчает выполнение двигательных действий (когда человеку интересно, не надо заставлять себя напрягаться), либо, наоборот, стимулирует волевые усилия человека (помогает проявлять терпение, упорство, настойчивость).

Именно наличие устойчивого интереса обеспечивает потребность военнослужащих к повторению занятий по физической подготовке. Чем интереснее для воинов данные занятия, тем сильнее у них стремление к их повторению. Усиление привлекательности занятий по физической подготовке достигается: учетом индивидуальных и групповых склонностей военнослужащих при выборе тех или иных двигательных действий, оптимальной эмоциональностью и нагрузочностью выполняемых упражнений, относительной свободой определения момента начала и продолжительности отдыха, самостоятельным определением темпа

выполнения движений, разнообразностью содержания занятий, возможностью переключения с одного вида нагрузки на другую, достаточностью времени для восстановления сил после занятий.

Важно обеспечить доступность физических упражнений каждому военнослужащему. Слабо физически развитому воину многие программные упражнения не под силу, и он, стесняясь показать свою слабость, особенно перед подчиненными, начинает избегать занятий по физической подготовке. В таких случаях необходим особый педагогический такт руководителя занятий и окружающих, рациональный подбор подготовительных упражнений, постепенность увеличения физической нагрузки.

Удовлетворение интереса к активным двигательным действиям не приводит к его исчезновению, напротив, он может укрепляться, развиваться, становиться более глубоким и разносторонним. Интересы являются одним из основных внутренних факторов формирования у военнослужащих соответствующих мотивов.

Мотив — это сложное психическое образование, выступающее в виде внутренней силы, побуждающей человека к осознанной постановке какой-либо цели и направляющей его активность к конкретным действиям и поступкам, ведущим к достижению данной цели.

Мотивы регулярных занятий физической подготовкой и спортом могут быть связаны как с процессом деятельности, так и с ее результатами. В первом случае военнослужащие удовлетворяют потребность в двигательной активности, в получении впечатлений от соперничества (чувство азарта, радость победы и т.д.). Во втором они могут стремиться к самосовершенствованию (улучшению телосложения, развитию физических и психических качеств, улучшению здоровья), к самовыражению и самоутверждению (быть не хуже других, стать внешне более привлекательными и т.д.), лучше подготовить себя к выполнению служебных

задач, удовлетворить духовные потребности (через общение с товарищами, через чувство принадлежности к коллективу и т.д.). Зачастую данные потребности проявляются в виде субъективных эмоциональных переживаний воинов и не всегда осознаются ими. Поэтому необходимо стремиться к переводу этих потребностей с эмоционального уровня на рациональный. Особо эффективны для формирования устойчивых мотивов такие методы воспитания, как убеждение, упражнение, пример.

Логика формирования необходимой мотивации военнослужащих предполагает постоянное накопление положительного практического опыта занятий физическими упражнениями. При этом к воинам необходимо периодически предъявлять требования, несколько опережающие фактический уровень развития тех или иных качеств, мобилизующих их силы на овладение новыми рубежами в своем физическом совершенствовании.

Привычкой называется потребность военнослужащих совершать соответствующие двигательные действия через определенный промежуток времени и в одни и те же часы суток. Формирование привычки к выполнению физических упражнений — одна из конечных целей воспитания военнослужащих в процессе физической подготовки.

Усиление потребности воинов в физическом совершенствовании требует не простого повторения определенных поступков, а постепенного, последовательного расширения и углубления их содержания, усложнения условий реализации их на практике. Это регулируется рациональным и методически грамотным освоением программы физической подготовки, подбором соответствующих упражнений для самостоятельной физической тренировки, комплексным использованием различных методов воспитания военнослужащих.

§ 5. МЕТОДЫ СЛАЖИВАНИЯ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Слаживание военнослужащих в процессе физической подготовки предполагает всестороннее совершенствование сплоченности воинов, формирование у них навыков коллективных действий, что, в свою очередь, базируется на усилении совместимости личного состава.

Характеристика методов слаживания военнослужащих в процессе физической подготовки

Боевая слаженность воинских подразделений в значительной мере зависит от всесторонней индивидуальной подготовленности каждого воина, входящего в тот или иной коллектив. Повышение уровня обученности, воспитанности и развитости военнослужащих в конечном итоге приводит к уменьшению разброса индивидуальных показателей за счет увеличения их у слабо подготовленного личного состава. Усреднение индивидуальных данных обеспечивает более качественное выполнение совместных военно-профессиональных действий. Поэтому слаживание военнослужащих в процессе физической подготовки может успешно осуществляться с помощью тех же методов и методических приемов, которые используются для их обучения, развития и воспитания. Наряду с этим, для сплочения личного состава, повышения боевой сработанности военнослужащих применяются и несколько специфических путей. К основным из них относятся:

целенаправленное использование социально-психологических закономерностей общения военнослужащих в коллективе, предполагающее в качестве одного из непременных условий знание педагогом уровня развития и особенностей того подразделения, в котором он организует и проводит

занятия;

расширение возможностей для совместной деятельности личного состава в процессе выполнения физических упражнений, основывающееся на творческом подборе соответствующих средств физической подготовки и рационализации условий их применения.

На практике указанные пути слаживания военнослужащих в процессе физической подготовки реализуются чаще всего в комплексе, оказывая воздействие как на уровень сплоченности личного состава, так и на степень сформированности навыков коллективных действий.

Методика совершенствования боевой слаженности военнослужащих в процессе физической подготовки

Совершенствование боевой слаженности военнослужащих с использованием специфических средств и методов физической подготовки — это довольно сложный педагогический процесс, требующий высокого методического мастерства руководителей занятий.

Целенаправленное использование социально-психологических закономерностей общения военнослужащих в коллективе основывается на анализе и объективной оценке социально-психологического климата в подразделении, взаимоотношений воинов, на определении неофициальных лидеров и выявлении неформальных групп военнослужащих, на уяснении реального отношения личного состава к занятиям физическими упражнениями и спортом. Это помогает правильно определить необходимые приемы педагогического воздействия на занимающихся.

Одним из важнейших структурных компонентов социально-психологической атмосферы коллектива является общественное мнение. Основная его функция—контролировать, направлять и корректировать поведение людей в соответствии с требованиями коллектива.

Общественная оценка поведения военнослужащих на занятиях по физической подготовке и спорту, в зависимости от его направленности и характера, соответствия коллективным целям, может быть выражена в форме похвалы, одобрения, порицания, осуждения. Под действием специфических свойств общественного мнения (сочетания убеждения и психологического принуждения, оперативности в реакции на события, систематичности, гласности и неотвратимости оценок поступков со стороны ближайшего социального окружения, возможности ряда коллективных суждений превращаться в оценочные стандарты и воздействовать не только на сознание, но и на подсознательную сферу человеческой психики) военнослужащие, как правило, приспосабливают свое поведение к требованиям коллективной деятельности. Из этого вытекает необходимость целенаправленного воздействия на сознание военнослужащих, составляющих ядро коллектива, с тем, чтобы общественное мнение содержало ярко выраженное положительное отношение к занятиям физической подготовкой и спортом, к широкому проявлению в ходе выполнения различных физических упражнений таких качеств, как .коллективизм и товарищеская взаимопомощь.

При выполнении различных физических упражнений, особенно отличающихся повышенной интенсивностью или длительностью, происходит определенное психическое воздействие военнослужащих друг на друга, а также наиболее авторитетных военнослужащих (официальных и неофициальных лидеров подразделения) на весь личный состав. Сила данного воздействия, называемого внушением и осуществляемого с помощью речи и других средств (жестов, мимики и т.д.), зависит не столько от его аргументированности, сколько от его источника, т.е. того лица, которое дает указания или советы. Данную социально-психологическую закономерность следует целенаправленно реализовывать в практической

деятельности по схеме: руководитель занятия предварительно формирует соответствующие взгляды на физическую подготовку и спорт, коллективистские мотивы деятельности у актива подразделения; официальные и неофициальные лидеры воинского коллектива в ходе выполнения физических упражнений (особенно выполняемых в составе подразделений) через механизм внушения воздействуют на весь личный состав; личный состав усиливает общественную направленность своего поведения.

В ходе совместной напряженной деятельности широко проявляются и такие социально-психологические явления, как подражание и идентификация (олицетворение себя в образе другого человека). Видя как те или иные воины, особенно старшие по возрасту, служебному положению, более хорошо подготовленные в физическом отношении, проявляют различные коллективистские качества, оказывают словом и делом помощь своим товарищам в процессе напряженных двигательных действий, другие военнослужащие, прежде всего из числа слабоподготовленных, стараются тянуться за ними, сначала непроизвольно, а затем все более и более осознанно подражают им. Особую роль в этом играет пример командира подразделения. Из сказанного следует, что, стремясь к совершенствованию сплоченности воинских коллективов, улучшению взаимоотношений среди военнослужащих, особое внимание надо уделять усилению подготовленности официальных и неофициальных лидеров подразделения, а также поиску и расширению конкретных педагогических ситуаций, активизирующих положительное социально-психологическое воздействие на личный состав.

В жизни могут быть и такие случаи, когда военнослужащие начинают подражать воину, выражающему явно негативное отношение к своему физическому совершенствованию. Это отрицательно сказывается не только

на формировании физической готовности подразделения к боевой деятельности, но и на укреплении его боевой слаженности. Задача педагога в данном случае — вовремя разглядеть образец, которому в коллективе стремятся подражать другие, понять причину возникновения такого подражания и принять в зависимости от всего этого необходимые меры.

Расширение возможностей для совместной деятельности личного состава в процессе выполнения физических упражнений достигается путем использования целого ряда методических приемов, вытекающих из специфики применения различных средств физической подготовки. Все физические упражнения, входящие в содержание физической подготовки, в зависимости от их пространственно-временных параметров и степени межличностных связей военнослужащих в ходе их выполнения, распределяются на три основные группы:

упражнения, являющиеся по преимуществу индивидуальными действиями, но выполняемые в присутствии других членов коллектива (совместно-индивидуальные упражнения);

упражнения, в ходе выполнения которых происходит взаимодействие между двумя военнослужащими, согласование их усилий во времени и пространстве (совместно-последовательные упражнения);

упражнения, выполняемые одновременно группой военнослужащих или всем личным составом подразделения при непрерывном согласовании поведенческих реакций всех лиц, участвующих в коллективной деятельности (совместно-параллельные упражнения).

При использовании для совершенствования боевой слаженности воинских подразделений совместно-индивидуальных упражнений (а их удельный вес в учебных программах довольно высок и составляет в среднем от 80 до 90% общего объема средств физической подготовки), с методической точки зрения, очень важно умение руководителей занятий

создавать такие педагогические ситуации, при которых, во-первых, более сильно проявляется эффект присутствия других военнослужащих, во-вторых, расширяются возможности для усиления взаимодействия обучаемых.

Первая задача достигается применением фронтального способа организации занимающихся на занятиях, а также лично-командного зачета в процессе спортивных и военно-спортивных соревнований, который обеспечивает различные формы взаимной поддержки товарищей по команде, служит стимулом для мобилизации усилий спортсменов, формирования коллективистской направленности их мотивов и поведения в целом.

Решение второй задачи обеспечивается: широким использованием общеразвивающих упражнений, выполняемых одновременно всеми занимающимися; синхронным выполнением личным составом подразделения силовых упражнений на многопролетных гимнастических снарядах под счет руководителя занятия; активным использованием элементов взаимопомощи и страховки; назначением одинакового количества повторений и выработкой единого темпа или ритма движений при выполнении упражнений с тяжестями (гирями, гантелями и т.д.) с регулированием индивидуальной нагрузки каждому военнослужащему за счет изменения веса снаряда; повышением в спортивной работе удельного веса массовых лично-командных и командных соревнований между воинскими подразделениями с внесением определенных изменений в традиционно сложившуюся систему подведения итогов и определения победителей.

Совместно-последовательные действия военнослужащих используются в физической подготовке преимущественно в виде поточного выполнения разнообразных упражнений, являются отличительной чертой различных эстафет, совокупный результат в которых определяется степенью эффективности последовательных действий партнеров по команде. Многоэтапные легкоатлетические эстафеты, лыжные спринтерские

эстафетные гонки, массовые эстафетные состязания в плавании, военизированные эстафеты с включением в них военно-профессиональных приемов и действий, а также массовые эстафетные соревнования на полосах препятствий, отличающиеся большой вариативностью условий их проведения, воспитывают у личного состава деятельное соучастие в коллективной спортивной борьбе, чувство сопереживания за общий успех или неудачу, являются мощным средством борьбы с равнодушием и пассивностью. Такие соревнования при умелой их организации всегда проходят эмоционально, вызывают повышенный интерес у всех участников и в конечном счете существенно способствуют как сплочению военнослужащих, так и совершенствованию у них навыков коллективных действий.

Применение на занятиях по физической подготовке и спорту совместно-параллельных упражнений основывается на методически грамотном учете их основных особенностей. Эти особенности проявляются в том, что в ходе выполнения таких упражнений, во-первых, на смену индивидуальным целям приходят общие для всего подразделения цели, которые не могут быть достигнуты без соответствующих действий всех членов группы и использования общих средств (орудий) совместной деятельности; во-вторых, возникает возможность организации взаимопомощи (облегчения действий одного партнера за счет помощи, дополнительных усилий его товарищей); в-третьих, появляются условия для объединения, взаимодополнения и координации действий всех членов коллектива в целях повышения эффективности совместной военно-профессиональной деятельности.

Использование на занятиях групповых упражнений на многоцелевых тренажерах, совместных военно-прикладных действий в составе подразделений, связанных с переноской грузов, преодолением препятствий,

оказанием помощи товарищам при совершении марш-бросков, маршей на лыжах, преодолении водных преград вплавь и т.д., требует предварительного планирования и глубокого продумывания конкретных путей целенаправленного педагогического воздействия на личный состав, способствующего максимальному расширению межличностного общения военнослужащих.

Исключительно большими возможностями по сплочению воинских коллективов, выработке у всего личного состава навыков совместных действий обладают спортивные и подвижные игры. Поэтому командиры подразделений, офицеры — специалисты по физической подготовке и спорту в своей практической деятельности должны шире использовать воспитательный потенциал различных игр военнослужащих, творчески включая их в содержание занятий по всем разделам физической подготовки, особенно в комплексные занятия.

Для решения задач по укреплению воинских коллективов можно с успехом использовать и различные тренажерные устройства. Главной особенностью проведения занятий с использованием тренажеров и другого нестандартного оборудования является то, что у руководителя занятия появляются широкие возможности по применению различных вариантов выполнения упражнений, по включению в работу одновременно всех военнослужащих, присутствующих на данном занятии. Тем самым создаются весьма благоприятные условия для оказания воспитательного воздействия на воинов, для регулирования и укрепления их взаимодействия. Возможность одновременного выполнения военнослужащими физических, упражнений различного характера, продолжительности и интенсивности позволяет педагогу эффективно внедрять элементы соревнования между отделениями, взводами с учетом индивидуального уровня подготовленности личного состава.

Одним из самых эффективных методов совершенствования боевой слаженности воинских подразделений в процессе физической подготовки является одновременное выполнение различных физических упражнений несколькими группами военнослужащих (подразделениями) в условиях специально организованного соревнования между ними. Его высокая эффективность обусловливается тремя основными социально-психологическими закономерностями:

1) совместные действия людей вызывают соревнование и соперничество между ними;

2) в процессе совместных действий, в ходе явного или скрытого соревнования возбуждаются, усиливают свою деятельность все психические и физиологические системы человека и, в конечном счете, повышается воздействие выполняемых физических упражнений;

3) эффективность физических упражнений достигает максимума, когда они выполняются в условиях параллельной борьбы между группами индивидов.

К примеру, на занятиях по преодолению препятствий соревновательно-групповой способ совершенствования боевой слаженности личного состава может реализовываться следующим образом. В течение 35—40 минут взвод в составе отделений или групп занимается на двух учебных местах.

Первые 10 мин (на каждой учебной точке):

а) ознакомление;

б) разучивание;

в) совершенствование (выполнение упражнений в боевом темпе, состязания в парах на лучшую технику выполнения, состязания в парах на быстроту выполнения, выполнение упражнения всем отделением или группой одновременно, преодоление препятствия в составе отделения или

группы в максимальном темпе).

Вторые 10 мин (то же после смены учебных мест).

Третьи 10 мин:

а) состязания между отделениями (группами) на первом учебном месте (в парах, в виде эстафет, в групповом преодолении препятствий);

б) состязания между отделениями (группами) на втором учебном месте.

Комплексная тренировка:

а) состязания между отделениями (группами) в групповом преодолении нескольких ранее изученных препятствий (в противогазах, навстречу друг другу, с различными предметами и т.д.);

б) предварительный бег и преодоление препятствий в составе взвода.

Следует сказать, что наряду с использованием социально-психологических закономерностей коллективных действий, данный вариант проведения занятий предполагает: во-первых, достаточно высокий уровень физической подготовленности военнослужащих и методического мастерства руководителя занятия и его помощника (заместителя командира взвода), во-вторых, преимущественно тренировочную направленность занятия, в-третьих, отработку преодоления препятствий к специальных действий по ходу выполнения контрольных упражнений, в-четвертых, сравнительно небольшую штатную численность подразделения, в-пятых, постоянный медицинский контроль за физическим состоянием занимающихся.

Групповые упражнения (упражнения, выполняемые в составе подразделений) целесообразно использовать в соответствии с периодами боевой подготовки, официально установленной последовательностью боевого слаживания воинских подразделений, а также конкретными этапами физического совершенствования военнослужащих. Это не только

способствует укреплению боевой слаженности военнослужащих, но и существенно ускоряет процесс формирования воинских коллективов.

Таким образом, физическая подготовка войск располагает чрезвычайно широким арсеналом методов и методических приемов, используемых для обучения, развития, воспитания и слаживания личного состава армии и флота. Наставлением по физической подготовке регламентированы лишь наиболее общие и принципиальные методические положения, применение которых в конкретной обстановке учебно-боевой деятельности зависит от творчества занимающихся, командиров подразделений и особенно офицеров — специалистов по физической подготовке и спорту. Твердое знание ими методов физического совершенствования военнослужащих— важнейшая предпосылка высокой эффективности физической подготовки войск.

КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ И ВОПРОСЫ

1. Нарисуйте схему, раскрывающую совокупность методов физического совершенствования военнослужащих.

2. Почему физическая нагрузка и отдых являются главными компонентами методов физического совершенствования военнослужащих?

3. Изобразите графически основные способы повышения физической нагрузки.

4. Раскройте сущность словесных, наглядных и практических методов обучения военнослужащих в процессе физической подготовки.

5. Какие закономерности формирования двигательных представлений, навыков и умений лежат в основе трехэтапного построения процесса обучения военнослужащих физическим упражнениям (приемам)?

6. Раскройте конкретные пути реализации методов развития военнослужащих на примере совершенствования одного из физических или специальных качеств.

7. Почему метод убеждения является главным методом воспитания военнослужащих в процессе физической подготовки?

8. Сформулируйте общие условия успешной деятельности начальника физической подготовки и спорта воинской части по воспитанию личного состава.

9. Назовите и кратко охарактеризуйте основные пути слаживания военнослужащих в процессе физической подготовки.